This is a digital copy of a book that was preserved for generations on library shelves before it was carefully scanned by Google as part of a project to make the world's books discoverable online.

It has survived long enough for the copyright to expire and the book to enter the public domain. A public domain book is one that was never subject to copyright or whose legal copyright term has expired. Whether a book is in the public domain may vary country to country. Public domain books are our gateways to the past, representing a wealth of history, culture and knowledge that's often difficult to discover.

Marks, notations and other marginalia present in the original volume will appear in this file - a reminder of this book's long journey from the publisher to a library and finally to you.

Usage guidelines

Google is proud to partner with libraries to digitize public domain materials and make them widely accessible. Public domain books belong to the public and we are merely their custodians. Nevertheless, this work is expensive, so in order to keep providing this resource, we have taken steps to prevent abuse by commercial parties, including placing technical restrictions on automated querying.

We also ask that you:

+ *Make non-commercial use of the files* We designed Google Book Search for use by individuals, and we request that you use these files for personal, non-commercial purposes.

+ *Refrain from automated querying* Do not send automated queries of any sort to Google's system: If you are conducting research on machine translation, optical character recognition or other areas where access to a large amount of text is helpful, please contact us. We encourage the use of public domain materials for these purposes and may be able to help.

+ *Maintain attribution* The Google "watermark" you see on each file is essential for informing people about this project and helping them find additional materials through Google Book Search. Please do not remove it.

+ *Keep it legal* Whatever your use, remember that you are responsible for ensuring that what you are doing is legal. Do not assume that just because we believe a book is in the public domain for users in the United States, that the work is also in the public domain for users in other countries. Whether a book is still in copyright varies from country to country, and we can't offer guidance on whether any specific use of any specific book is allowed. Please do not assume that a book's appearance in Google Book Search means it can be used in any manner anywhere in the world. Copyright infringement liability can be quite severe.

About Google Book Search

Google's mission is to organize the world's information and to make it universally accessible and useful. Google Book Search helps readers discover the world's books while helping authors and publishers reach new audiences. You can search through the full text of this book on the web at http://books.google.com/

1042

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈՉԵԱՆ

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

ԿԱՄ

ՑԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

Հայ մայրե՛ր, սորվեցէ՛ք մանկատածութիւնը, մանուկ մեծցնելու արուեստը, ու կ'ապահովէք ձեր երջանկութիւնը...:

Գին 5 Դհ. ՈՂՋ

1921

ՏՊԱԳՐ. Ա. ՍՏԵՓԱՆԵԱՆ

ԱՂԵՔՍԱՆԴՐԻԱ

98

Digitized by Google

Digitized by Google

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈՉԵԱՆ

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

ԿԱՄ

ՑԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

Հայ մայրե՛ր, սորվեցէ՛ք մանկատածութիւնը, մանուկ մեծցնելու արուեստը, որ կ'ապահովէ ձեր երջանկութիւնը...:

1921

ՏՊԱԳՐ. Ա. ՍԹԵՓԱՆԵԱՆ

ԱՂԵՔՍԱՆԴՐԻԱ

UNIVERSITY OF MICHIGAN LIBRARIES

Digitized by Google

Digitized by Google

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈՉԵԱՆ

Digitized by Google

Digitized by Google

ՅԱՌԱՋԱԲԱՆ

Ցեղի մը բոլոր ուժը եւ բոլոր իմաստութիւնն ու երջանկութիւնը ձեռք կը բերուին մանուկին ֆիզիքական առողջութեամբ:

Եւ ազգի մը զօրութիւնը կը պակսի ի հարկէ զայն կազմող անհատներու թիւին պակսելովը:

Որքա՜ն օրօրոցներ պարապ չպիտի մնային, ու ո՛րքան մայրեր դժբախտ չպիտի ըլլային, եթէ անոնք գիտնային մանուկ մը մեծցնելու արուեստը:

Որքա՜ն մանուկներ կը մեռնին, մանաւանդ առաջին տարիին մէջ, առողջապահական խնամքներուն պէտք եղած կարեւորութիւնը չտրուելուն պատճառաւ:

Ամէն տարի ծնող 1000 հոգիի վրայ, կը մեռնին 200էն մինչեւ 500 մանուկներ, 0-1 տարեկան, այսինքն ընդհանուր մահերու թիւին 1/5էն մինչեւ կէսը: Մանկական մահերու այդ թիւը շատ աւելի կրնայ պակսիլ շնորհիւ մանկասածութեան:

Մանկասածութիւնը ուրիշ բան չէ, բայց եթէ գիտական մէթոտներով մանուկները խնամելու արուեստը, զոր պէտք է տարածել մեր ժողովուրդին ամէն խաւերուն մէջ:

Ուստի, հայ մայրե՛ր, կարդացէ՛ք սոյն գրքոյկը եւ կրկին կարդացէ՛ք զայն, թէ՛ ձեր եւ թէ մանաւանդ ձեր բազմաչարչար ցեղին երջանկութեանը համար:

Մանկասածութիւնը սորվեցնելու է ո՛չ միայն դեռատի մայրերուն, այլ նաեւ օրիորդներուն ու մանաւանդ վարժարանի աշակերտուհիներուն:

1910ին, Բարիզ գումարուած դպրոցական առողջապահութեան համաժողովը միաձայնութեամբ ընդունեց այն իղձը՝ որ կը պարտադրէր մանկասածութեան ուսու-

Digitized by Google

ցումը դեռատի աշակերտուհիներուն (12-16 տարեկան):

Բրօֆ. Բինար անսահման ուրախութեամբ դատախօսած է մանկասածութեան վրայ, Բարիզի նախնական վարժարաններէն մէկուն մէջ, 10-14 տարեկան աշակերուհիներուն (1902-1903):

Նոյնպէս ալ ես դատախօսած եմ ամենամեծ հաճոյքով միեւնոյն նիւթին վրայ, Աղեքսանդրիոյ մեր ազգ. վարժարանին մէջ, (1917-1918) Ե. Զ. Կարգի աշակերտուհիներուն՝ որոնք ամենամեծ հետաքրքրութեամբ կը հետեւէին մեր դատախօսութեանց: Փափաքելի է որ այդպիսի դատախօսութիւններ ընդհանրանան մեր վարժարաններուն մէջ ամէն տեղ:

Շահեկանութենէ զուրկ չենք համարիր ակնարկ մը նետել, Աղեքսանդրիոյ քաղաքապետութեան վիճակագրութեան վրայ, որ ցոյց կու տայ թէ 1909ին 14,421 տեղացի մանուկներ ծնած են, որոնցմէ 4203ը մեռած են, 0-1 տարեկան: Իս՛կ նոյն տարւոյն մէջ 1791 օտարազգի մանուկներ ծնած են, որոնցմէ 214ը միայն մեռած են: Հետեւաբար՝ տեղացի ծնած 1000 մանուկէն 292ը մեռած են, մինչդեռ օտարազգիներէ՝ 1000էն 120 միայն: Ուրեմն տեղացի մանուկներէ 5ի դէմ կը մեռնին օտարազգի 2 մանուկներ: Այս համեմատութիւնը գրեթէ նոյնն է, նախորդ վեց տարուան վիճակագրութեանց մէջ ալ:

Ինչպէս կը տեսնուի, տարբերութիւնը շատ մեծ է: Այդ թիւերը որոշ կերպով ցոյց կուտան թէ տեղացիները, նուազ քաղաքակրթուած ցեղ մը, չգիտնալով մանուկ մը մեծցնելու արուեստը, աւելի մեծ կորուստ կուտան քան օտարազգիները՝ թէեւ անոնց մէջ ալ տգէտներ անպակաս են:

ՏՕՔԹ. Մ. ԺԱՄԿՈՉԵԱՆ

Digitized by Google

ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ

ԿԱՄ

ՑԵՂԱՅԻՆ ԻՆՔՆԱՊԱՇՏՊԱՆՈՒԹԻՒՆ

Մանկատածութիւնը՝ բոլորովին նոր գիտութիւն մը՝ առաջին մանկութեան առողջապահութիւնն է, որուն շընորհիւ ո՛չ միայն կարելի է առաջքը առնել անթիւ ու անհամար մահուան դէպքերուն, որ կը պատահին մանկական աշխարհին մէջ, այլ նաև անով կ'ապահովուին ցեղին համար առողջ ու զօրաւոր անհատներ։

Ֆրանսա է որ առաջին անգամ ծնունդ տուաւ այս գիտութեան, որովհետև հոն բաւական երկար ատենէ ի վեր մարդածնութիւնը հետզհետէ պակսելու վրայ է։

Ուստի, այդ պակասը կերպով մը լրացնելու ու փոխարինելու նպատակաւ, Ֆրանսացիք ծնած մանուկները մեռնելէ արգիլելու համար մեծ ճիգեր կ'ընեն շուրջ 30 տարիէ ի վեր։ Ազգի մը զօրութիւնը կը պակսի ի հարկէ զինքը բաղկացնող անհատներուն թիւին պակսելովը։

Առողջ ու զօրաւոր սերունդ մը ունենալու համար՝ բաւական չէ միայն գիտնալ մանուկները ծնունդէն յետոյ խնամելու արուեստը, այլ հոգ տանելու է անոնց, նաև ծնունդէն առաջ, կնոջ յղութեան միջոցին, մինչև իսկ խորհելու է անոնց մասին՝ ամուսնութենէ առաջ։

Հետևաբար մանկատածութիւնը կը բաժնուի երեք գլխաւոր մասերու։

1. *Մանկատածութիւն՝ ամուսնութենէ առաջ.*
2. *Յղութեան միջոցին, և, .*
3. *Ծնունդէն յետոյ։*

1. ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ ԱՄՈՒՍՆՈՒԹԵՆԷ ԱՌԱՋ

Այս մասին շատ համառօտ կերպով պիտի խօսինք, ցոյց տալով անոր ընդհանուր և մեծ գիծերը միայն։

Digitized by Google

Էական կէտը զաւակներ ունենալ չէ միայն, այլ պէտք է որ անոնք ծնին լաւ պայմաններու մէջ՝ առողջ ու զօրաւոր, որպէսզի երբ անոնք չափահաս ըլլան, իրենց կարգին կարող ըլլան ծնունդ տալու առողջ սերունդի մը։

Վատառողջ ու հիւանդ ծնողաց զաւակը բնականաբար հիւանդ կ'ըլլայ, և չի կրնար իր կարգին ծնունդ տալ առողջ սերունդի մը։

Ցեղին այլասերումին գլխաւոր ազդակներն են՝ **ալքոլականութիւն, հիւծախտ և գաղղիական ախտ:**

Այդ սարսափելի երրորդութիւնն է աղբիւրը ծնունդի մէջ պատահած այնքան մեծ կորուստներուն։

Չէ՞ որ ալքոլամոլի մը զաւակը սահմանուած է խոտի պէս ապրելու, կամ տառապանքի ու հիւանդութեանց մէջ անցնելու իր կեանքը։

Գաղղիական ախտ ունեցողի մը զաւակը չէ՞ որ յաճախ վտիտ, վատառողջ, ապուշ ու երկրի վրայ ո և է ծառայութեան անկարող, անօգուտ և դժբախտ էակ մը կ'ըլլայ։

Իսկ հիւծախտաւորի մը զաւակը կը ծնի շատ դէշ պայմաններու մէջ, կը ծնի հիւծախտի ենթակայ։

Նոյնպէս ջղախտաւորներու, մորֆինամոլներու զաւակը անտարակոյս առողջ չի կրնար ըլլալ։ Ընդհանրապէս վատառողջ ծնողքներ զաւակ չեն կրնար ունենալ, որովհետև բեղմնաւորումի արդիւնքը չի կրնար հասունանալ, և ոչինչ պատճառով վիժում կը պատահի։

Այս դժբախտութեանց առաջքը առնելու մեծապէս կը սատարէ այն գործնական միջոցը, զոր այսօր ի գործ կը դնեն հիւսիսային ամերիկացիք։ Այդ միջոցը շատ պարզ է։ Օրէնքը կը պարտադրէ որ՝ երկու ապագայ ամուսիններ իրենց առողջական վիճակը հաստատող մէյ մէկ բժշկական վկայագիր ներկայացնեն, ամուսնութենէ

Digitized by Google

տուալ։ Այս դրութիւնը ընդունուած է նաև Վաշինկթընի մէջ, 1909էն ի վեր։ (*)

Աւելորդ չըլլար ըսել թէ ցեղի մը իրական արժէքը կը կայանայ, ո՛չ թէ անոր թուական առաւելութեան մէջ միայն, այլ և զայն կազմող անձերու անհատական արժանիքին մէջ։ Երբ այդ թիւը կազմուած է մեծ մասամբ վտիտ, ազազուն, հաշմանդամ և հիւանդկախ էակներէ, այն պարագային՝ լաւագոյն է որ ցեղը նուազ բազմամարդ ըլլայ, և սակայն զայն կազմող անհատները առողջ, ուժեղ ու չարքաշ ըլլան։

2. ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ ՅՂՈՒԹԵԱՆ ՄԻՋՈՑԻՆ

Յղութեան միջոցին մանկատածութիւնը ուրիշ բան չէ, բայց եթէ յղի կիներու առողջապահութիւնը։

Անհրաժեշտ է ամէն յղի կնոջ համար, ընկերական որ դասակարգի ալ պատկանի, շատ անգամ բժշկական քննութեանց ենթարկուիլ, իր յղութեան շրջանին մէջ։ Այդ քննութեանց օգուտները մէկէ աւելի են, թէ՛ կնոջ և թէ սաղմին համար, որովհետև կինը նախ՝ իր ինն ամսեայ շրջանը լաւ պայմաններու մէջ և յաջողութեամբ լրացնելու կարող կ'ըլլայ, գործադրելով հարկ եղած ամէն նախազգուշութիւնները. և երկրորդ՝ ապահով կ'ըլլայ թէ՝ ծննդաբերութեան ժամանակ կամ՝ յետոյ՝ որ և է կնճռոտութիւն ու բարդութիւն (complication) չպիտի պատահի։

Գալով սաղմին՝ ան ալ մեծապէս կ'օգտուի անշուշտ, լաւ կերպով զարգանալով արգանդին մէջ, երբ մայրը ճշգրտօրէն կը գործադրէ առողջապահական ամէն պայմանները, մանաւանդ 8րդ ամիսէն սկսեալ հանգիստ

(*) 1904ին Էջմիածնայ Կաթողիկոսը ու Սինոդը ուզեցին այս օգտակար դրութիւնը մեր մէջ ալ մտցնել: Ես ալ պատրաստեցի այն ատեն այդ թէզին օգտակարութիւնը: Մեծ ուրախութեամբ կը տեսնեմ թէ սոյն օրէնքը սկսած է արդէն գործադրութեան դրուիլ Պոլսոյ մէջ: Փափաքելի է որ ապագային ընդհանրանայ ան, յօգուտ մեր դժբախտ ցեղին:

Digitized by Google

ընելով եւ հոգ տանելով լաւ սննդառութեան, ինչպէս նաեւ զգուշանալով սաստիկ յուզումներէ, որ յաճախ պատճառ կ'ըլլան վիժումի կամ կանխահաս ծննդաբերութեան։ Այսպէսով տղուն ծննդաբերութեան ժամանակ եւ յետոյ նուազ վտանգի ենթակայ կ'ըլլայ։

Այս ճշմարտութիւնները աւելի լաւ ըմբռնելու համար՝ կարծեմ բաւական է ակնարկ մը նետել հետեւեալ վիճակագրութեան վրայ։

Ալեքսանդրիոյ մէջ, 1909ին ծնած 14,421 տեղացի մանուկներէն 604ը մեռելածին եղած են։ Իսկ նոյն թուականին ծնած 1791 օտարազգի մանուկներէն 46ը միայն, այսինքն հազարին 25,6ը՝ մեռելածին։ Մինչդեռ տեղացիներունը՝ հազարին 41,8, մօտաւորապէս կրկինը։ Նոյնպէս՝ նախորդ 6 տարիներու վիճակագրութիւնը գրեթէ միշտ միեւնոյն զգալի տարբերութիւնը ցոյց կուտայ։ Ուրեմն, հարկ կա՞յ ըսելու թէ այս տարբերութեան պատճառը ոչ այլ ինչ է, բայց եթէ տեղացի կիներուն համեմատաբար առողջապահական կանոններուն նուազ ուշադիր ըլլալը։

*
* *

Այժմ գանք բժիշկին դերին. ան պարտաւոր է.

1. Հաստատել նախ եւ առաջ յղութեան գոյութիւնը, յետոյ յղութեան բնականոն եւ արգանդային ըլլալը։ Որքան օգտակար կ'ըլլայ երբ յղութեան սկիզբները կը հասկցուի անկանոն յղութեան մը (grossesses extra-utérine) կամ որ եւ է ուրիշ մը գոյութիւնը, տակաւին ծանր դէպքեր առաջ չեկած։

2. Քննել մէզը ապահով ըլլալու համար թէ ալպիւմին չի պարունակեր։ Մէզը քննելու է(*) առաջին 6 ա-

(*) «Ալպիւմինի տեսակէտով մէզի քննութիւնը շատ պարզ է եւ դիւրին։ Մետաղէ դգալի մը կամ tube à essaiի մը մէջ, քննուելիք մէզէն քիչ մը լեցնելով, կրակի վրայ եռացնելու է. եթէ բոլորովին անփոփոխ մնայ, ըսել է թէ բան մը չկայ։ Բայց, երբ գոյնը կը փոխէ ու կը պղտորի, մի քանի կաթիլ acide acétique կաթեցնելու է, եւ եթէ պղտորութիւնը չանցնի՝ այն ատեն «ալպիւմինի» գոյութեան նշան է։

Digitized by Google

միզերը՝ ամիսը մէկ անգամ, 7րդ ամիսէն սկսեալ՝ ամէն 15 օրը, իսկ 9րդ ամսոյ մէջ՝ ամէն 8 օրը մէկ անգամ։

Եթէ ենթական նախապէս տառապած է կարմրախտով, կեղծմաշկաշկէ, թիֆօի նման ուժէ վարակիչ հիւանդութիւնէ, և մանաւանդ երիկամունքի բորբոքումէ, այն ատեն մէզի քննութիւնը պէտք է կատարել աւելի ստէպ։

Մէզի մէջ ալպիւմին տեսնուած պարագային, նոյնիսկ շատ քիչ քանակութեամբ, կինը անմիջապէս սկսելու է միմիայն կաթ խմել, օրական 1,50-2 օխա և աւելի շարունակաբար 8 օր, որպէսզի ապագային Eclampsie և Urémie ըսուած ամենածանր հիւանդութիւններէ զերծ մնայ։

3. Հաստատել սաղմի ընծայումին եղանակը, ժողովրդական լեզուով, տղուն շիտակ կամ ծուռ գալը։ Բժիշկը, տղուն ծուռ եղած պարագային, կարող է շտկել զայն, և այսով առաջքը առնել ապագայ կնճռոտութեանց՝ ծննդաբերութեան ժամանակ։ Այս մասին բժշկական քննութիւն կատարել անհրաժեշտ է, անդրանկածին կնոջ մը համար՝ եօթնուկէս ամիսը լրացածին պէս, իսկ բազմածինի մը համար՝ 9րդ ամսոյ սկիզբը։ Նկատելով որ, սաղմը իր դիրքը կրնայ յաճախ փոխել, մանաւանդ բազմածին կանանց մօտ, պէտք է գոնէ մի քանի անգամ կրկնել սոյն քննութիւնը, մինչև ծննդաբերութեան օրը, ապահով ըլլալու համար թէ ո և է յառաջ փոփոխութիւն մը տեղի ունեցած չէ։

4. Լուրջ քննութենէ մը անցնել արգանդին վարի մասը, կոնքին ոսկրային գօտին, ինչպէս և անոր կակուղ մասերը, հասկնալու համար ատոնց լաւ կազմութիւնը (conformation) և միևնոյն ժամանակ հաստատելու թէ կոնքը նեղ չէ, և թէ որ և է ուռոյց գոյութիւն չունի կոնքին մէջ կամ արգանդին վրայ։

5. Հսկել կնոջ ամէն գործարաններուն, սրտի, թոքի, ևն., մանաւանդ մորթի, աղեքի, լեարդի և

երիկամունքին վրայ, իրենց պաշտօնին լաւ կիրարկու-թեան տեսակէտով :

Մէկ խօսքով հսկել յղի կնոջ ընդհանուր առողջու-թեան վրայ :

6. Մանրակրկիտ քննութենէ մը յետոյ, ապահովել կինը որ ամէն բան կանոնաւոր է, եւ ազդարարել ոեւէ դժուարութիւն չպիտի պատահի — անշուշտ եթէ իրօք այնպէս է —, եւ այսպէսով վերականգնել անոր բարոյականը (releyer le moral), որ սա հանգրուանին ընկճուած կ'ըլլայ :

7. Պատրաստել տալ նախապէս, ծննդաբերութեան ժամանակ պէտք ըլլալիք ամէն բան, մանաւանդ 8—10 օխայի չափ եռացած եւ յետոյ պաղած ջուր, ոռոգիչ մը (irrigateur, hoqնա), հականեխական դեղ մը, 2 մէթր ամլացած մարմաշ (gaze stérile), ամլացած բամպակ եւ վազըլին: Վերջապէս, սորվեցնել յղի կանանց իրենց յատուկ առողջապահութիւնը :

* * *

Յղի կնոջ մը գրեթէ բոլոր առողջապահութիւնը կը կայանայ սա հետեւեալ մեծ սկզբունքին մէջ. պէտք է զգուշանալ ամէն տեսակ ՅՈԳՆՈՒԹԵՆԷ, որ բոլոր մարմնոյն վրայ կ'ազդէ ընդհանրապէս եւ արգանդին վրայ մասնաւորապէս:

Յոգնութենէ զգուշանալու է, մանաւանդ առաջին եւ վերջին ամիսները, ինչպէս նաեւ դաշտանին համապատասխան օրերը :

Սաստիկ մարզանք (վազել, ցատքել, պարել, ձի կամ պիսիքլէթ նստիլ, թռչիլ եւն.), կարի մեքենայով, մանաւանդ ոտքով աշխատիլ եւ ծանր բան վերցնել բացարձակապէս արգիլուած են : Ճամբորդութիւն, մինչեւ իսկ կառքով պտոյտ, մանաւանդ երբ փողոցները լաւ սալարկուած չեն, վնասակար են եւ երբեմն վիժումի

Digitized by Google

պատճառ կ'ըլլան։ Թթուածնային փոխադրութիւնը նախամեծար կը համարուի։

Զափաւոր մարզանք՝ ընդհանրապէս օգտակար են. օրինակի համար՝ պոշնիհ թէթէւ աճխասութիւններ կամ քալել՝ չյոգնելու աստիճան, թէ միսերը և թէ մարմինը կ'զբաղեցնեն և միանգամայն ախորժակ կը բանան։ Իսկ նստողական կեանքը տրամադրիր կ'ընէ ապպիւմին և պնդութեան ունենալու։

Արդէն յղի կիները սովորաբար պնդութեան ենթակայ են։ Այդ անպատեհութիւնը մտադրութիւն մը դարմանելու համար, սննդառութեան մէջ կարևոր տեղ մը տալու է բանջարեղէնի և պտուղի։ Զոր օրինակ՝ մրգանոյշի (compôte, foufouge) ձեւով շատ օգտակար է։ Բուսական բէժիմը ուրիշ շատ առաւելութիւններ ալ ունի, գլխաւորաբար արիւնը մաքուր կը պահէ։

Ընդհանրապէս, սննդառութիւնը պէտք է ըլլայ առատ միջակ չափով, միայն թէ կերակուրի եղածին չափ քիչ միս ուտելու է և վերջին ամիսներուն շատ քիչ աղ գործածելու է, մանաւանդ երբ ոտքերը ուռեցած են։ Անկէ զատ, ամէն յղի կին առողջութիւն ընելու է, եր յղութեան բոլոր շրջաններուն մէջ, ամէն օր 1—2 ժամ կամ քալել. այս պարզ առողջութիւնը՝ կրնայ շատ օգտակար ծառայութիւններ մատուցանել ենթակային։

Իսկ պնդութեան դարմանային պէտք է գործածել, երբեմն պարզ կամ կլիսէրինով խառն գաղջ ջուր (1 լիտրի չափ) դրեխի (lavement, հոգնա) ձեւին տակ, և երբեմն բերնով առնել հետեւեալ դեղերէն մին. Magnésie calcinée (1—2 սուրճի դգալ, քիչ մը ջուրի մէջ), Rhubarbe (0,50 կրամ, 1 քաշէ), janos hunyadi (1—2 գինիի գաւաթ), Sulfate de soude (10—15 կրամ քիչ մը ջուրի մէջ)։

Յղի կանանց հագուստը տաք և լայն ըլլալու է. այնպէս որ փորը և կուրծքը չի սեղմէ և արգելք չըլլայ

արգանդի մեծնալուն. ուստի սեղմիրանը բոլորովին կ'արգիլուի. ի հարկին ատոր տեղ կարելի է գործածել մասնաւոր կերպով պատրաստուած սեղմիրան մը (corcet de grossesse)։ Իսկ միայն փորը վար կախուած պարագային, ինչ որ կը պատահի յաճախ բազմածին կիներուն, գործածելու է մասնաւոր գօտի մը (ceinture abdominale)։ Ծնկակապ գործածելու չէ երբեք, որովհետեւ սաքի եւ սրունքի աւելի ուռենալուն պատճառ կ'ըլլայ։ Ի հարկին գործածելու է jarretelles ըսուած կապ մը, կամ պարզապէս անգլիական գնդասեղներ, որ գուլպան վարտիքին բռնել կուտան։ Կօշիկները լայն ըլլալու են եւ կրունկը ցած։

Սեռային յարաբերութիւնք բացարձակապէս կ'արգիլուին այն յղի կիներուն համար, որ մէկ կամ աւելի վիժումներ ունեցած են. եւ եթէ կ'արտօնուի միւսներուն համար, յանձնարարելի է մեծ զգուշութիւն ու չափաւորութիւն, եւ կատարեալ ժուժկալութիւն՝ դաշտանի համապատասխանած օրերը։

Չափաւոր աստիճանի տաք ջուրով (35-36° սանթիկրատ) լուացուիլ, գոնէ 15 օրը մէկ անգամ, շատ օգտակար է, պայմանաւ որ 10-15 վայրկեանէ աւելի չի տեւէ։ Իսկ պաղ ջուրով լոգանք (douche) կ'արտօնուի միայն այն կանանց՝ որ վարժութիւն ունին նախապէս, մանաւանդ ամառը՝ տաք երկիրներու մէջ։

Ծովու բաղնիքը նոյնպէս կ'արտօնուի, վարժութիւն ունեցող կիներուն, սակայն ծովը հանդարտ ըլլալու է եւ լողալու չէն։

Այդ լոգանքի միջոցին, անշուշտ մեծ զգուշութիւն ընելու է պաղ առնելէ, որովհետեւ ցրտառութիւնը պատճառ կ'ըլլայ յօդացաւի, ցնցղատապի (bronchite) են., մանաւանդ երիկամներու հիւանդութեանց, որոնք ծանր հետեւանքներ կրնան յառաջ բերել թէ՛ սաղմին եւ թէ կընոջ համար։

Digitized by Google

Ցղի կանանց համար ընդհանուր մաքրութեան օդտակարութիւնը անվիճելի է, ուստի այդ մասին չափազանց խնամք տանելու են։

Ցղի կինը, մանաւորաբար իր ծննդական գործարաններուն արտաքին մասերը, ամէն օր առաւու և իրիկուն, լուալու է օճառով և գաղջ ջուրով (երբեմն առանց օճառի), մանաւանդ վերջին ամիսը։

Ցղի կանանց ծիծերը մանաւանդ խնամքի առարկայ ըլլալու են։

Եթէ պտուկները լաւ զարգացած չեն, մատերով օրը մի քանի անգամ քաշելու և շփելու է, կամ téterelle ըսուած գործիքով քաշելու է։

Այս գործողութիւնները վերջին երկու շաբաթները միայն կարելի է ընել, որովհետև երբեմն արգանդի կծկում յառաջ բերելով, կանխահաս ծննդաբերութեան պատճառ կ՚ըլլան։

Վերջին ամիսը, ամէն օր օճառով և տաք ջուրով լուալու է ծիծերը, և պտուկները շփելու է առաւու և իրիկուն՝ կէս առ կէս ջրախառն ալքոլի կամ օղիի և կամ գօլոնեա ջուրի մէջ թրջուած բամպակով։ Այդ խնամքներուն շնորհիւ է որ կինը, ծննդաբերութենէ յետոյ, զերծ կը մնայ պտուկներու ճեղքերէն և հետևաբար ծիծի պալարներէն (abcès du sein)։

Վերջապէս, յղի կիները հանդարտ և կանոնաւոր կեանք մը ունենալու են, և զգուշանալու են արտառոցութիւններէ։ Այս կերպով կարելի է յղութեան վիճակէն յառաջ գալիք կարգ մը անհանգստութիւնները արգիլել, ինչպէս՝ փսխումներ, պնդութիւն և գլխու պտոյտներ։

Ցղի կնոջ շուրջը պատուած մարդիկ շատ ղզոյշ և խոհեմ ըլլալու են. երբեք ըսելու չեն անոր թէ այսինչ տիկինը շատ դժուար ծննդաբերութիւն ունեցած է, կամ ծննդաբերութենէ ետք՝ հիւանդացած է, և կամ զաւակը մեռած է ևն.։

Digitized by Google

3. ՄԱՆԿԱՏԱԾՈՒԹԻՒՆ ԾՆՈՒՆԴԷՆ ՅԵՏՈՅ

Մանուկը ծնելէ ետք՝ մինչեւ որ քանի ակռաներ ունենայ — առաջին մանկութիւն —, անոր տրուելիք բոլոր խնամքներուն նպատակն է նախ՝ պահպանել զայն, այսինքն մեռնելէ արգիլել. երկրորդ՝ զարգացնել զայն ու մեծցնել առողջ։

Այդ նպատակաւ տրուած բոլոր խնամքները կը բաժնուին երեք գլխաւոր մասերու։

1. Մեր երախաները արտաքին վնասակար ազդեցութիւններէ զերծ պահել, այսինքն հոգ տանիլ անոնց՝ որ մաքուր ըլլան, պաղ չառնեն, շատ տաք չըլլան, ինչպէս նաեւ անկումի, հարուածներու եւն. չենթարկուին։ Այդ առաջին մասը «Նորածինին տրուելիք խնամքներ» անունին տակ պիտի ուսումնասիրուի։

2. Սնուցանել զանոնք մէթոտով։

3. Հսկողութիւն եւ զանազան խնամքներ՝ առաջին մանկութեան մէջ։

Այդ երեք մասերը, համառօտ կերպով կը ծանօթացնենք մերայնոց, հետեւելով մասնաւորաբար Բրօֆ. Բինարի, որ Ֆրանսայի մեծ մանկատածն է։

*
* *

1. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՏՐՈՒԵԼԻՔ ԽՆԱՄՔՆԵՐ

Ա. ՄԱՔՐՈՒԹԻՒՆ. — Նորածինին պորտը՝ ջուրի մէջ եռացած դերձանով կապելէ ետք, մաքրելու է անոր մարմինը։ Ամենայն մեծ ուշադրութիւն ընելու է որ պաղ չառնէ ան, որովհետեւ ցուրտը մանուկներուն ամենամեծ թշնամին է. այս կէտը մոռնալու չէ երբեք։ Ուստի նորածինը զետեղելու է տաք եւ կակուղ անձեռոցի մը մէջ. ձմռան եղանակին սենեակը տաք ըլլալու է, եւ նորածինը՝ կրակին մօտ։ Նորածինին մարմինը չփելու է օճառով կամ հաւկիթի դեղնուցով, լաւագոյն է ամլացած վազելին կամ ձէթ գործածել։ Այդ շփումին նը-

պատճառն է մանկիկին մարմնոյն վրայ գտնուած ճարպային նիւթերը հանել դիւրութեամբ։

Ուշադրութիւն ընելու է, որ նորածինին աչքերուն աղտոտ բան չդպչի։ Եւ ճիշդ այդ պատճառաւ, մանկիկին գլուխը երբեք լոգարանի մէջ լուալու չէ, ինչպէս կ'ընեն առհասարակ մեր դայեակները, որովհետեւ աղտոտ ջուրը և օճառը մանկիկին աչքերուն մէջ երթալով՝ աչքի հիւանդութեան և մինչեւ իսկ կուրութեան պատճառ կ'ըլլան։ Հետեւաբար մանկիկին գլուխն ու երեսը զատ զատ լուալու ու սրբելու է։ Երկու ամանի մէջ եռացած ջուր և մարմաշի կտորներ ունենալու է պատրաստ, մանկիկը հագուեցնելէ վերջ՝ երեսն ու գլուխը մաքրելու համար։ Լոգանքի ջուրը նախապէս եռացած ըլլալու է և բաւական տաք, 37 սանթիկրատ։ Մանկիկը երբեք ջուրին մէջ խոթելու չէ, առանց հասկընալու նախապէս ջուրին շատ տաք չըլլալը. հետեւապէս մանկիկը ջուրը դնելէ առաջ՝ ձեռքը ջուրին մէջ խոթելու է անպատճառ։ Լոգանքի համար ո և է աման կարելի է գործածել, պայմանաւ որ մաքուր ըլլայ։ Այդ ամանին երկու երրորդը միայն ջուր լեցնելու է։ Լոգանքը 3-4 վայրկեանէ աւելի տեւելու չէ։ Անպատճառ օրը մէկ անգամ լոգանք ընելու է տարի մը շարունակ, յետոյ երկու օրը մէկ անգամ, մինչեւ որ մանկիկին քսան ակռաները բուսնին։

Եթէ երախան շարունակաբար գիշերները չքնանար, լաւագոյն է լոգանքը իրիկունները ընել։ Լոգանքէն յետոյ երախան տաք և կակուղ լաթերով փաթթելու, և մարմնոյն ամէն մասերը, մանաւանդ ծալք եղած տեղերը լաւ մը չորցնելու է։ Չորցնելէ ետք քիչ մը փոշի — բրինձի կամ նշայի և կամ poudre de lycopode — ցանելով մաքրութեան գործողութիւնը վերջացնելու է։ Նոր և չլուացուած շորեր երբեք գործածելու չէ, որովհետեւ մանկիկին մորթը այնքան փափուկ է որ անմիջապէս կը սկրդուի ու կը բորբոքի։

Digitized by Google

Բ. ՀԱԳՈՒՍՏ. — Ինչ որ ալ ըլլայ մանկիկին հագուստը, պէտք է գիտնալ թէ անոր պաշտօնը կը կայանայ մանկիկը ցուրտէ և շատ տաքէ պաշտպանելու մէջ, ազատ թողլով զինքը կատարելապէս իր անդամները շարժելու։

Հետևապէս հին դրութեամբ խանձարուրը մէկ կողմ դնելով, մանկիկին թևերը ազատ ձգելու է, ոտքերը և սրունքները շատ թեթև կերպով կապելու է, այնպէս որ մանկիկը կարող ըլլայ ազատօրէն շարժել զանոնք։

Մանկիկին կուրծքին վրայ գօտի կապելու չէ. Ներելի է միայն անոր փորին վրայ թեթևօրէն կապել ֆանէլայէ գօտի մը։ Մանկիկին թեւերը եւ վիզը երբեք մերկ ձգելու չէ, որովհետև վտանգաւոր է մանաւանդ ձմեռը։

Մանկիկին գլուխը տան մէջ երբեք ծածկելու չէ, ամառ և ձմեռ։ Միայն դուրս հանուած ժամանակը պէտք է ծածկել։

Գ. ԱՊԱՍՏԱՆԱՐԱՆ, օրօրոց. — Մաքրուած և հագուած մանկիկին համար պէտք է ապաստանարան մը, անկողին մը, ինչպէս նաև մաքուր օդ, որ ոչ շատ տաք և ոչ ալ շատ պաղ ըլլայ, 15—20 սանթիկրատ։ Այն բաղդազուրկ ընտանիքները՝ որ մէկ սենեակ միայն ունին բնակութեան համար, զգուշանալու են այդ սենեակին մէջ շորեր լուալէ, ու մանաւանդ այդ շորերը սենեակին մէջ չորցնելէ։ Մանկիկը միայն իր օրօրոցին կամ իր անկողինին մէջ պառկելու է, երբեք ուրիշ տեղ։ Մանկիկը իրենց անկողնոյն մէջ քնացնելու վտանգաւոր սովորութիւնը բոլորովին մէկ կողմ դնելու է, որովհետև շատ մը դժբախտ մայրեր, քունի մէջ, պատճառ եղած են իրենց զաւկին խեղդամահ ըլլալուն։ Մանկիկը օրօրել վնասակար է. այդ յոռի սովորութիւնը տակաւին կը յարգուի մեր մէջ, մանաւանդ գաւառները։ Լաւագոյն օրօրոցը ա՛յն է՝ որ չօրօրուիր։

Digitized by Google

Մանկիկին անկողինը ունենալու է երկաթէ ձողիկ մը, որուն վրայ կը կախուի շղարշէ վարագոյր մը, որ մժեղապահի (ճիպինլիք) դեր կը կատարէ։

Ձմեռը՝ մանկիկին անկողինը տաքցնելու համար, լաւագոյն միջոցն է տաք ջուրով լեցուն շիշեր զետեղել անկողնոյն մէջ՝ մանկիկէն քիչ մը հեռաւորութեամբ։ Այդ շիշերը լաւ փակելու և փաթթելու է որ և է լաթով. ջուրը շատ տաք ըլլալու չէ, որպէսզի շիշը չճաթի և ջուրը անկողնոյն մէջ չվազէ։

ՄԱՆՈՒԿՆԵՐԸ ԵՐԲԵՔ ԿՌՆԱԿԻ ՎՐԱՅ ՊԱՌԿԵՑՆԵԼՈՒ ՉԷ, այլ պառկեցնելու է մէկ կամ միւս կողմը, փոխն ի փոխ, որովհետև մանուկը քունին մէջ յաճախ կը փսխէ, և եթէ ան կռնակի վրայ պառկած է, փսխուքը մոլոր երթալով պատճառ կ՚ըլլայ անոր թոքատապէ բռնուելուն և մինչև իսկ խեղդուելուն։

* * *

2. ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՍՆՈՒՑՈՒՄԸ

Մանկիկները լաւ սնուցանելը, այսինքն սնուցանելու կերպը լաւ գիտնալը՝ անհրաժեշտ ու նուիրական պարտականութիւն մ՚է։ Մանկատածութեան այս գլուխը ամենէն կարևորն է։ Նորածինի մը համար, ո՞րն է արդեօք այն սնունդը՝ որ ամէն կատարելութիւն իր մէջ կը պարունակէ՝ այսինքն այն սնունդը՝ որ կատարեալ է և մանկիկին ամէնէն աւելի յարմար ու պատշաճ է։ Այդ սնունդը բնականաբար մօրը կաթն է։ Սակայն ամեն մայր կաթ կ՚ունենա՞յ։ — Այո՛, գրեթէ ամեն մայր կաթ կ՚ունենայ։ Ճիշդ է որ, բացառաբար կը գտնուին կիներ՝ որ առաջին օրերը ու առաջին շաբաթները շատ քիչ կաթ կ՚ունենան։ Այսպիսի մայրեր, առանց յուսահատելու, շարունակելու են կաթ տալ իրենց զաւակներուն յարատևութեամբ, և մի քանի շաբաթ ետքը՝ պիտի տեսնեն որ մանկիկին բաւելու չափ կաթ պիտի ունենան։

Հարիւր կիներու վրայ երկու կին միայն կաթ չեն

Digitized by Google

կրնայ տալ իրենց մանուկներուն, կամ ծիծի պտուկի չու-նենալուն եւ կամ արգիլիչ հիւանդութիւն մը ունենալուն պատճառաւ։ Այդպիսի կիներու զաւակաց արուեստական կաթ կը տրուի, եթէ յարմար ստնտու մը չգտնուի։

Հետեւաբար՝ երկու տեսակ դիեցում կ՚ըլլայ. մայրա-կան եւ արուեստական։

Ա. ՄԱՅՐԱԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄ. — Մայրական դիե-ցումի ընդհանուր օրէնքները, առաջին ամիսներուն մէջ.— Մօրը կաթը ծծող նորածինի մը ուրիշ ոեւէ սնունդ տալու չէ երբեք։ Նորածին մանուկին ընդհանրապէս շա-քար ջուր կամ անիսոնի ջուր կու տան, մինչեւ որ մօրը կաթը ծծէ։ Այս սովորութիւնը ոչ միայն ոեւէ օգուտ չունի, այլ վնասակար խոլ է, որովհետեւ մանուկին փորա-խանգարման պատճառ կ՚ըլլայ։

Ամէն մայր կէտ առ կէտ գործադրելու է հետեւեալ օրէնքները՝ որ ամենամեծ կարեւորութիւն ունին մանու-կին կեանքը պաշտպանելու համար։

Առաջին ամիսը, օրը 8-9 ժամ ծիծ տալու է նո-րածինին. ցորեկը՝ 2-2ուկէս ժամը, իսկ գիշերը՝ 4-5 ժամը մէկ անգամ։ 3րդէն մինչեւ 6րդ ամիսը՝ օրական 7 ժամ ծիծ տալու է, իսկ 6րդ ամիսէն յետոյ՝ օրական 6 ժամ բաւական է, 3 ժամը մէկ անգամ։

Դիեցումի տեւողութիւնը քսանորդ ժամէ աւելի ըլլա-լու չէ։ Մանուկի մը կաթ տալու համար՝ քունը խան-գարելու չէ։ Եթէ ցորեկը 3 ժամէ աւելի քնացած է, յաջորդ դիեցումները կրնան մօտ ըլլալու են։

Մանուկին ծիծ տալէ առաջ եւ ետք, ամէն անգամ ծիծին պտուկը եռացած ջուրով լուալու է, ջրարբու բամ-պակի (Coton hydrophile) կամ եռացած կակուղ լաթի մը միջոցաւ։

Մայրական դիեցումին նախապատուութիւնը կը տեսնու-ուի անշուշտ, որովհետեւ ոչ միայն կաթը կինոջ ծիծերէն ուղղակի մանուկին բերանը կը վազէ, այլ նաեւ մաքուր,

Digitized by Google

մեքրոպներէ զերծ ու առողջութիւնը չափաւոր կ'ըլլայ։ Անկէ կերեւ դիտնալու է թէ՝ մանուկը մայրական ծծէն զրկելը անհրաժեշտ վտանգներու կ'ենթարկէ զայն։

Բ. ԱՐՀԵՍՏԱԿԱՆ ԴԻԵՑՈՒՄ։ — Եթէ մանուկը ինք դառնանալու մօրը կաթը չկրնար ունել, և եթէ յարմար կաթնտու մը չգտնուի, այն պարագային հարկ է դիմել արուեստական դիեցումի։ Անգղիացիք ըսեն թէ կաթընտուն ընտրութիւնը պէտք է ըլլայ բժշկի մը միջոցաւ։ Արուեստական դիեցումը դիւրին բան չէ, բայց եթէ մանուկին տալ ուէ միջոցաւ անասունի մը կաթը։ Պէտք է գիտնալ որ՝ կաթէ զատ ուեւէ սնունդ մանկիկի համար ԹՈՅՆ մըն է։

Կովու կաթը լաւագոյն է, որովհետեւ ամէնէն աւելի մայրական կաթին կը մօտենայ, ամենայն քիչ կը գտնուի։ Այծի կաթը յանձնարարելի չէ երբեք, որովհետեւ դժուարամարս է ։ Ասոր հակառակութիւն կը տրուի կովու կաթին, որ կը գտնուի ամէն տեղ առատօրէն։

Նախկին կէտը մաքուր կաթ ունենալն է։ Կաթը, մինչեւ որ մեզի հասնի, շատ մը ձեռքերէ և շատ մը ամաններէ կ'անցնի, բաց ասոր աւելի կամ նուազ մաքուր ջուր կը խառնեն. վերջապէս կենդանիին ստինքներէն ելլելէ ետք, մինչեւ որ մանկիկին բերանը հասնի, բաւական երկար ժամանակ կ'անցնի. այդ ժամանակամիջոցին կաթին մէջ շատ մը մանրէներ կը գոյանան։ Ու այդ մանրէները պատճառ են և աղիքներու հիւանդութեան ու մահուան իսկ պատճառ կ'ըլլան։ Եթէ կաթը կթուելէ անմիջապէս ետք խմուի, աւելի դիւրամարս է։

Կաթին մէջ գտնուած մանրէները ոչնչացնելու համար, պէտք է եռացնել զայն։ Իսկ կաթը լաւ մը եռացնելու համար, մաքուր աման մը մէջ կիսովին լեցնելով կրակի վրայ դնելու է, և երբ կաթին վրայ բարակ մաշկ մը գոյանայ, մաքուր դգալով մը այդ մաշկը վերցնել նետելու է. այն ատեն կաթին եռալը կը տեսնուի,

Digitized by Google

ու այդպէս հինգ վայրկեան եռացնելու է։ Եռացած կաթը, եռացած ջուրով մաքրուած զոց ամանի մը մէջ պահելու է, որպէսզի անոր մէջ փոշի և միքրոպ չերթան կրկին անգամ։ Այդպէս եռացած կաթը՝ մէկ օրէ աւելի կարելի չէ պահել, որովհետև բոլորովին ամլացած չէ ան։

Կարելի է ամլացնել յատուկ կազմածի (appareil de pasteurisation de lait (*) մը միջոցաւ, որ կը բաղկանայ մէկ կաթսայէ և 5-6 շիշերէ։

Շիշերուն մէջ բաւականաչափ — 50 կրամէն մինչև 150 կրամ, մանուկին տարիքին համեմատ — կաթ լեցնելէ ետք, կաթսային մէջ զետեղելու է զանոնք, և կաթսան ջուրով լեցնելու է, այնպէս որ շիշերը գրեթէ կատարելապէս ջուրով ծածկուին։

Կաթսան անշուշտ կափարիչովը ծածկելէ ետք, կրակի վրայ կը դրուի։ Ջուրը առնուազն 40 վայրկեան եռացնելու է։ Պաղելէ ետք շիշերը կը հանուին և զով տեղ կը դրուին։ Այս կերպով պատրաստուած կաթն ալ թէև մէկ օրէ աւելի չի կրնար պահուիլ, սակայն այդ միթոդը լաւագոյն է, որովհետև շատ մը առաւելութիւններ ունի, որոնց գլխաւորը, իւրաքանչիւր շիշի մէջ գտնուած կաթին՝ ամէն շփումէ զերծ՝ և մանկիկին ճիշդ մէկ ժամ սնունդին համար բաւական ըլլալն է։

Մանկիկին կրթութիւնը սկսելու է մինչև իսկ ծնած վայրկեանէն։ Նախ՝ վարժեցնելու է զայն (3-4 օր ետք անշուշտ) երկու ժամը անգամ մը ծիծ առնելու։

Երկրորդ՝ ցոյց տալու է անոր, որ գիշերը քունի համար յատկացուած է։ Երբ երախայ մը իր օրօրոցին մէջ գիշերը կուլայ, և եթէ ապահով ենք որ անիկա լալու ո՛և է պատճառ մը չունի, այսինքն թէ՝ ոչինչ զայն կը նեղէ, ոչինչ զայն կը խայթէ, և տակը աղտոտ չէ,

---

(*) Այս կազմածը գրեթէ ամէն ընտանիք կրնայ հայթայթել չնչին ծախքով մը։

Digitized by Google

ձգելու է որ լայ, վերջ ի վերջոյ կը լռէ ու կը քնանայ։

Կաթը մանուկին տալու է տաք, 37 աստիճան (սանթիկրատ)։ Երբ մանուկը զուտ կաթը դժուար կը մարսէ, մանաւանդ առաջին ամիսները, քիչ մը եռացած ջուր աւելցնելու է անոր մէջ։ Կովու կաթին շաքարը քիչ ըլլալուն համար, մէկ լիթր կաթի համար 10 կրամ (սովորական քառակուսի մէկ կտոր) շաքար աւելցնելու է միշտ։ Կաթը մանուկին կը տրուի դգալով, գաւաթով կամ ծծակով (պիպըրօն), այս վերջինոյն կը տրուի նախապատուութիւնը։ Ինչ որ ալ ըլլայ գործածուած առարկան, պէտք է զայն ջուրի մէջ եռացնել, յետոյ երբեք լաթով սրբելու չէ, որովհետեւ լաթը միքրոպ կը պարունակէ։

Ծծակը կարելի եղածին չափ պարզ ըլլալու է։ Երկար խողովակով ծծակը շատ վտանգաւոր է մանուկին համար, որովհետեւ նախ զայն մաքրելը շատ դժուար է, յետոյ խողովակին մէջ միքրոպներ կը գոյանան ու կ'աճին։ Ծծակով կաթ տալէ ետք՝ անմիջապէս սրուակը եւ պտուտակը (tétine) լաւ մը մաքրելով եռացած ջուրի մէջ եռացնելու եւ եռացած ջուրի մէջ պահելու է զանոնք մինչեւ յաջորդ գործածութիւնը։

Մանուկը կաթ խմած ատեն, մօրը ձախ թեւին վրայ եւ գլուխը բարձր դիրքի մէջ ըլլալու է։ Մայրը մանկիկին տալու է կաթը ծանրօրէն, պուտիկ, պուտիկ։ Ապակիէ ծծակը նախամեծար կը համարուի։ Ծծակին պարունակած կաթը միմիայն մէկ ժամի համար ըլլալու է, եւ եթէ աւելնայ թափելու է աւելցածը։ Իւրաքանչիւր ճաշ գոնէ 10 վայրկեան տեւելու է։ Ճաշը լմննալէ ետք, մանկիկին բերանը սրբելու է։

Սնուցումի հարցը առաջին մանկութեան բոլոր տեւողութեան միջոցին, մեր լուրջ հսկողութեան ու հոգածութեան առարկայ ըլլալու է։ Սակայն մեր հսկողութիւնը եւ ուշադրութիւնը բազմապատկուելու են մաս-

Digitized by Google

նաւոր կերպով մանուկին առաջին ամիսներուն ու ամա-ռը, Յունիս, Յուլիս, Օգոստոս և Սեպտեմբեր ամիսնե-րուն մէջ, մանաւանդ երբ մանուկը տկար է, ու սնու-ցումը՝ արուեստական։ Ամառը՝ մանուկներու համար սպաննող, կոտորիչ եղանակ մըն է։ Տաքը որքան շատ ըլլայ, վտանգը այնքան մեծ է։ Մանուկը՝ ակռայ հա-նելու ժամանակն ալ մասնաւոր հոգածութեան առարկայ ըլլալու է։

* * *

ԽԱՌՆ ՍՆՈՒՑՈՒՄ. — Երբ մայրական կաթին ան-բաւականութիւնը՝ կենդանիի մը կաթովը կը լրացուի, խառն սնուցում կը կոչուի։ Խառն սնուցման պէտքը զգալի կ'ըլլայ, սնուցումին սկիզբը, տեւողութեան մի-ջոցին ու վերջաւորութեանը։

Ա. Սկիզբը՝ երբ մայր մը բաւականաչափ կաթ չու-նենայ, կամ ծծի պտուկները շատ կարճ են, և կամ կաթը ծիծերէն դժուարաւ կ'ելլէ։

Բ. Սնուցումի շրջանին՝ երբ մայրը կը տառապի, յոգնած է, գուրբը արտադրական աշխատութիւն ունի, կամ կաթը նուազ առատ է։

Գ. Վերջաւորութեանը՝ երբ միևնոյն ատամները աւելի ուշ երևան կուգան։

Սնուցումին սկիզբը, մոռնալու չէ թէ որքան մա-նուկը կաթ ծծէ, այնքան աւելի կաթ կուգայ ծիծը։ Եթէ մանուկին կովու կաթ ալ տրուի, նախապէս քիչ մը մօրը կաթը ծծելը օգտակար է. որովհետև մայրա-կան կաթը մարսողական գեր կը կատարէ կենդանական կաթերուն համար։

* * *

...Կ'ամփոփենք հոս երախաներու սնուցումին հիմը կազմող այն կենսական սկզբունքները, զոր ամէն մայր պարտաւոր է գոց գիտնալ ու կէտ առ կէտ գործադրել։

1. ՄՕՐԸ ԿԱԹԸ ՄԱՆՈՒԿԻՆ ԿԸ ՊԱՏԿԱՆԻ։

Digitized by Google

2. ԿԱԹԸ ՆՈՐԱԾԻՆԻՆ ՀԱՄԱՐ ԿԱՏԱՐԵԱԼ ՍՆՈՒՆԴ Է։
3. ԱՄԵՆ ԿԻՆ ԿԱԹ ՈՒՆԻ։
4. ԿԱԹԷ ԶԱՏ ԱՄԷՆ ՍՆՈՒՆԴ ԹՈՅՆ ՄԸՆ Է ԵՐԱԽԱՅԻՆ ՀԱՄԱՐ։
5. ԿԱԹԷ ԿՏՐԵԼԸ ԾԱՆՐ ԵՒ ԱՍՏԻՃԱՆԱԲԱՐ ԸԼԼԱԼՈՒ Է։

* * *

ԿԱԹՆՏՈՒ ՄՕՐ ՄԸ ՍՆՈՒՆԴԸ ԵՒ ԱՌՈՂՋԱՊԱՀՈՒԹԻՒՆԸ.— *Կնոջ առած սնունդը ահագին ազդեցութիւն ունի իր կաթի քանակին ու որակին վրայ։ Կաթ տուող կնոջ սնունդը* առողջ, բազմազան ու բաւականչափ *ըլլալու է։ Անիկա կրնայ ուտել ամէն բան. սակայն սոխ, սխտոր, կաղամբ, որսի ու տուփի միս և խեցեղէն ուտելու չէ։ Խմորեղէնները պատուական սնունդներ են, և ջուրը լաւագոյն ըմպելին է։ Իսկ ոևէ ոգելից ըմպելի կաթը կը թունաւորէ։ Ամէն կաթնտու մայր զգուշանալու է անմաքրութենէ, յոգնութենէ, սաստիկ յուզումէ և բարկութենէ։ Մանուկին տակի չորը փոխելու է անմիջապէս, երբ կը հասկցուի թէ թրջած է կամ աղտոտած: Մանկիկին տակը լուալու է գաղջ ու եռացած ջուրով կակուղ լաթի կամ ջրարբու. բամպակի միջոցաւ: Յետոյ աղէկ մը չորցնելու և փոշի ցանելու է մինչև յետին ծալքերը։*

Առաջին ամիսներէն սկսեալ՝ պէտք է վարժեցնել մանկիկը իր պէտքերը հոգալու յատուկ ամանի մը մէջ։ Ամանին վրայ դնելու է անմիջապէս, երբ կը տեսնուի թէ անիկա անհանգիստ շարժումներ կ՚ընէ, և ճակատին վրայ ծալքեր կը շինուին։

ՀՍԿՈՂՈՒԹԻՒՆ. Առաջին մանկութեան մէջ, զանազան խնամքներ.—*Ամէն ինչ որ ուսումնասիրեցինք, ապահովաբար շատ կարևոր է։ Գիտենք այժմ թէ նորածինը ինչպէս լուալու, հագուեցնելու ու սնուցանելու ենք, սակայն անիկա բաւական չէ: Հարկ է դիտել*

Digitized by Google

նաև թէ՝ մեր մանկիկները լաւ կը զարգանա՞ն և բնականոն կերպով կը մեծնա՞ն։ Ուստի պիտի ուսումնասիրենք սնուցումի հսկողութիւնը և նորածիններու աճումը։

ՀՍԿՈՂՈՒԹԻՒՆ ՍՆՈՒՑՈՒՄԻ.— Այս հսկողութիւնը ամենամեծ կարևորութիւն ունի։ Նորածինին դէմքը, ընդհանուր վիճակը, մեծնալու ու զարգանալու եղանակը ցոյց կուտան՝ անոր բաւականաչափ կաթ ծծելը, այսինքն անոր առողջութիւնը։ Հետևաբար ոչ թէ կաթը լուծելու է, այլ վերլուծելու է մանուկը։ Երբ մանկիկը մօրը կաթը կը ծծէ, ծծելու ու կլլելու է փոխն ի փոխ։ Այն մանուկը որ 5-6 անգամ ծծելէ ետք չի կլլեր, ըսել է թէ ծիծին մէջ քիչ կաթ կայ։ Իսկ այն՝ որ կը ծծէ ու կը կլլէ, և յետոյ՝ ետ կը դարձնէ ամէնը մէկէն, որկրամոլ է։ Եթէ մանուկը ծիծ կերած ատենը դեղնի ու քնանայ, յոգնածութեան նշան է։ Մանկիկը՝ որուն ստամոքսը գոհացած է՝ հանդարտ կը կենայ, և եթէ անմիջապէս չը քնանայ իսկ, կը մնայ օրօրոցին մէջ աչքերը բաց՝ առանց քնանալու։

Մարսողութեան լաւ ու կանոնաւոր ըլլալը կը հասկըցուի, նախ՝ կղկղանքին քանակութենէն, որակէն ու թիւէն. յետոյ մէզին հոտէն ու գոյնէն։ Լաւ մարսող մանուկին մէզը՝ յստակ ու անգոյն կ'ըլլայ և հոտ չունենար, իսկ կղկղանքը լաւ խտացած կամ կաղապարուած և դեղնագոյն կ'ըլլայ։ Մանկիկին փորը կ'ելլէ առաջին ամիսը՝ 2-6 անգամ, յետոյ մինչև 6րդ ամիսը՝ 2-4 անգամ, և անկից ետք 1-2 անգամ միայն. երբ մանուկի մը փորը ատկէ աւելի կամ պակաս ելլէ, լրջօրէն հսկողութեան պէտք ունի։ Պնդութիւնը և մէզին քիչ ըլլալը՝ մանուկին քիչ սնունդ առած ըլլալը ցոյց կուտան։ Իսկ փորհարութիւնը և մէզին գունաւոր ըլլալը՝ նշաններ են թէ մանուկը շատ սնունդ կ'առնէ և գէշ կը մարսէ։ Կղկղանքին կանանչ գոյն և գէշ հոտ ունենալը ցոյց կուտան թէ մարսողութիւնը լրջօրէն խանգարուած է, և բժշկին ներ-

Digitized by Google

կայութիւնը անհրաժեշտ է, մանաւանդ ամրան եղանակին։ Արուեստական սնուցումի միջոցին, կղկղանքին գոյնը երբ ճերմկի ու հաստատուն փորիներ պարունակէ, ատիկա անկատար մարսողութեան սկզբնաւորութիւն է. ուստի անմիջապէս սնուցումի օրէնքները լրջօրէն գործադրելու է։

* * *

ՆՈՐԱԾԻՆՆԵՐՈՒ ԱՃՈՒՄԸ. — Նորածինի մը լաւ զարգանալն ու մեծնալը գիտնալու համար՝ ամէն օր մասնաւոր կշիռով մը կշռելու է։ Այդ օգտակար սովորութիւնը Եւրոպայի ու Ամերիկայի մէջ օր ըստ օրէ աւելի տարածուելու վրայ է. Սակայն մասնաւոր կշիռ մը ունենալը ամէն մարդու համար չէ անշուշտ։ Ու յետոյ անոր գործածութենէն պէտք եղած օգուտները քաղելն ալ դիւրին գործ չէ։ Ուստի առհասարակ մանկիկին ընդհանուր վիճակն ու երեւոյթը նկատողութեան առնելու է։ Այն մանկիկը՝ որ առողջ է, կ'ունենայ սուր նայուածք, մորթի թափանցկութիւն, դէմքի աշխուժութիւն ու զուարթութիւն, կարծր մկաններ, ուժով ձայն և պզտիկ փոր մը։ Բաց աստի մանկիկին գլուխը քննելով՝ կրնանք հասկընալ անոր առողջ կամ տկար ըլլալը. մանուկին գլուխի ոսկորները իրարու հետ բոլորովին միացած չեն, ինչպէս կ'ըլլայ չափահաս մարդոց վրայ, այլ իրարու կը միանան թաղանթի մը միջոցաւ։ Երբ ձեռքով մանկիկին գագաթը կը քննենք, կ'զգանք որ երկու ոսկորները իրարմէ անջատուած են թաղանթային կցուածով մը (suture membraneuse), և ետեւի կողմէն դէպի առաջ երթալով ու ճակատին մօտենալով, թաղանթէ լայն տարածութեան մը գոյութիւնը կը հաստատենք (fontanelle գաղտուն)։

Երբ մանկիկը առողջ է, թաղանթային կցուածը աւելի կամ նուազ լայն է, և գաղտունը՝ կակուղ ու թեթեւօրէն ձգտուած։ Ընդհակառակը, երբ մանուկը գէշ սը-

Digitized by Google

նուազ կ'առնէ, խաղամիթային կցուածը կը նեղնայ, ականջներու եզերքը իրարու կը մօտենան, մինչեւ իսկ իրարու վրայ կ'ելլեն, եւ գագաթը կ'իջնայ ու կը խոռոչնայ, այնպէս որ մատով զգալի ու աչքով տեսանելի փոս մը կը գոյանայ։

Գագաթունը ցուցամատով քննելով՝ մանուկին առողջ կամ տկար ըլլալը կը հասկցուի շատ դիւրութեամբ։ Ասոր համար է որ Բրօֆ. Բինար ցուցամատը աղքատներուն կշիռ կ'անուանէ։ Եթէ գագաթունը փոսացեալ վիճակ մը ունենայ, անմիջապէս բժշկին դիմելու է։

* * *

Մանուկները ապականեալ օդին մէջ կը խամրին. ուստի պէտք է զանոնք դուրս հանել եւ մաքուր օդ ծըծել տալ։ Սակայն նախ՝ մանուկը պատուաստուած ըլլալու է առաջին անգամ դուրս հանելէ առաջ, ու յետոյ օդը ցուրտ ըլլալու չէ. գոնէ 10 աստիճանէն վեր ըլլալու է, եւ միեւնոյն ատեն, մանկիկը տաքուկ հագուստներով ծածկուած ըլլալու է։ Որովհետեւ, ինչպէս առաջ ըսինք, ցուրտը մանուկներուն ամենամեծ թշնամին է։ Ինչպէս նաեւ զգուշանալու է, անձրեւէ, հովէ ու կիզիչ արեւէ։

Մանկիկները մասամբ մը պաշտպանելու համար հովի ու արեւի յոյժ ազդեցութենէն, երեսնին շղարշով մը ծածկելու է, իսկ խոնաւ եղանակին՝ կանուխ ներս մտցնելու է զանոնք, արեւը մարը չմտած։

* * *

ԱՏԱՄՆԱՀԱՆՈՒԹԻՒՆ.— Մանուկը ակռայ հանած ժամանակ տագնապ մը կ'անցնէ, այդ միջոցին աւելի ենթակայ կ'ըլլայ զանազան հիւանդութեանց, մանաւանդ թարախ ստամոքսի եւ աղեաց բորբոքումին։ Առողջ եւ բնականոն մանուկի մը ակռաները կը բուսնին 6-8րդ ամիսը ընդհանրապէս, իսկ տկարներունը ուշ կը բուսնին։

Digitized by Google

Ամէն անգամ որ մանուկը ակռայ կը հանէ, բերանէն լորձունք կը թափէ, աչքերէն ջուր կը վազցնէ. Երբ ծնողքներ ատիկա կը տեսնեն, իրենց ուշադրութիւնը կրկնապատկելու են ամառը՝ հետեւելով մանուկին սնուցումի կանոններուն, իսկ ձմեռը՝ զգուշանալով ցուրտէն։ Ընդհանրապէս ակռաները կը բուսնին չորսական հատ։ Մանուկը իր 20 ակռաները կը լրացնէ 2-2ուկէս տարեկան եղած ատեն։

Բժիշկը, շատ քիչ անգամ և բացառիկ պարագաներու մէջ միայն, մանուկին ակռաները ճեղքելու է, որովհետև շատ անգամ անօգուտ և վտանգաւոր է այդ պզտիկ գործողութիւնը, վարակումի դուռ բանալով։ Ոսկորէ կամ փղոսկրէ ակռաշփիկ (hochets) խաղալիքներ կը գործածուին սովորաբար, մանուկին ակռայ հանելը մասամբ մը դիւրացնելու նպատակաւ։ Լաւագոյն է բնաւ չգործածել այդ խաղալիքները. բայց. գործածուած պարագային՝ անպատճառ եռացած ջուրէ անցնելու է զանոնք նախապէս։

*
* *

ՄԱՆՈՒԿԻՆ ՇԱՐԺՈՒՄՆԵՐԸ.— Մանուկը մի քանի ամիս վերջը կ'սկսի կամաւոր շարժումներ ընել, և ձեռքին տակ գտնուած առարկաները առնելով բերանը տանիլ։ Մանուկին մօտ աղտոտ, հատու և վտանգաւոր որ և է բան ձգելու չէ։ Մանուկը երբեք կրակի մօտ ձգելու չէ։ Մանուկը առ հասարակ կը քալէ 12-18րդ ամիսը, և եթէ այդ ժամանակամիջոցին մէջ չքալէ, ըսել է թէ անիկա հիւանդ է կամ գէշ սնունդ կ'առնէ։ Երբ մանուկ մը երկու տարեկանին չքալէ, անպատճառ բժիշկի դիմելու է։

Մանուկի մը քալելը դիւրացնելու նպատակաւ ծնողքներ զանազան գործիքներ կը գործածեն, ճռնիկ (chariot roulant), բռնալար (lisière) ևն., ասոնք ո՛չ միայն օգտակար չեն, այլ վնասակար։

Digitized by Google

2

Digitized by Google